



(Photo : Laurence Freeman, Irlande)

Sagesse du jour

(2020-03-27)

La première chose que nous commençons à comprendre, c'est que la méditation est une discipline, un processus d'apprentissage, une chose à laquelle nous devons être fidèles, car dans notre méditation, nous entrons dans la relation la plus profonde de notre vie. Nous devons entrer dans notre méditation comme si nous nous approchions de la personne que nous aimons le plus au monde, et ce qui est indispensable dans toute relation, c'est la fidélité. Nous entrons donc dans la méditation avec fidélité en sachant que, dans la discipline qu'elle implique, nous devenons de vrais disciples, de vrais débutants. Nous sommes toujours en train d'apprendre, nous sommes toujours en mode d'apprentissage, nous sommes toujours ouverts à l'expérience. Nous ne jugeons pas notre méditation, nous ne la comparons pas. Nous la laissons s'intégrer dans notre vie quotidienne pour qu'elle devienne une partie normale et naturelle de notre vie. La simplicité de cet engagement, la simplicité de cette discipline, ouvre un chemin dans lequel tout dans notre vie peut s'engager.

(Apparence de l'amour 1 – Aspect of love 1, Laurence Freeman OSB)